

Здоровое питание- залог долголетия.

С давних времен известно: «Мы то, что мы едим!»- данная аксиома является незыблемым подтверждением того, что наполняемость нашего рациона и разнообразие нашего стола – это один из главных принципов здорового питания, которому должен придерживаться каждый из нас, именно поэтому администрацией Белгородского района в лице комитетов экономического развития и социальной политики инициирован проект «Популяризация здорового питания среди жителей Белгородского района».

Наверное, каждый человек когда-то задумывался над тем, что он употребляет в пищу, и тут находят свое место новомодные диеты, жестко ограниченные по калорийности, которые в любом случае негативно скажутся на состоянии здоровья человека, ведь далеко не каждый знает, как правильно и здорово питаться. И тогда на помощь должен прийти вышеназванный проект, в рамках которого в 2017-2018 году будет разработана и распространена брошюра «Питайся правильно!»; организованы экскурсии на предприятия общественного питания; проведены мастер-классы по приготовлению здоровой пищи, семинары на тему «Здоровое питание – залог здоровья»; индивидуальные консультирования на предприятиях и учреждениях Белгородского района по факту риска избыточная масса тела, ожирение; организована и проведена встреча членов Белгородской местной районной организации Всероссийская общественная организация ветеранов (пенсионеров) войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов и членов Белгородской местной организации Всероссийское общество инвалидов с сотрудниками ОГБУЗ «Белгородская ЦРБ».

Данные мероприятия позволят к концу 2018 года обеспечить проведение информационно-пропагандистской работы в сфере здорового питания среди жителей Белгородского района, способствующей улучшению здоровья и повышению уровня качества жизни населения.

Приглашаем вас принять участие в мероприятиях проекта и существенно улучшить свои знания о правильном питании.

Все вопросы, касающиеся мероприятий проекта, вы можете задать руководителю проекта Коноваловой Яне Александровне по телефону: 26-44-53.

Следить за своим здоровьем – модно.

Любой из нас, кто хочет быть здоровым и во всех отношениях полноценным человеком на протяжении всей жизни, должен понимать, что этого невозможно достичь, игнорируя основные правила здорового питания.

Именно поэтому администрацией Белгородского района дан старт реализации муниципального проекта «Приобщение населения Белгородского района к нормам правильного питания «Правильное питание-залог здоровья». Проект направлен на улучшение здоровья населения, увеличение продолжительности жизни, формирование основ культуры правильного питания. Мероприятиями проекта запланировано проведение классных часов и родительских собраний на темы правильного питания, организация и проведение встреч жителей района с сотрудниками ОГБУЗ «Белгородская ЦРБ», а также проведение следующих конкурсов:

- «Питайся правильно-будешь здоров»;
- конкурс рисунков «Правильное питание – основа здорового образа жизни»;
- конкурс исследовательских проектов обучающихся «Здоровое питание – основа процветания»;
- конкурс на лучшее вкусное и полезное блюдо «лучший семейный рецепт здоровой пищи».

Желающим поучаствовать в мероприятиях проекта, обращаться к руководителю проекта Беловой Олесе Анатольевне по телефону: 31-05-21.